

Kommunale Volkshochschule

DAMP



Unser Programm
auch im Internet
siehe Seite 3

Die **vhs**
Volkshochschulen



**VHS Frühjahrsprogramm
Januar – Juni 2019**

Wissen und mehr

Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger!

Es liegt Ihnen jetzt das neue Programm für das Frühjahr vor.

Die vhs der Gemeinde Damp ist ein fester Bestandteil unserer Gemeinde. Sie ist ein Forum für Bildung, Kultur und Gesundheit.

Natürlich ist die vhs auch ein Ort der Begegnung mit netten Menschen aus der Gemeinde Damp und aus unserer näheren Umgebung.

Die Gemeinde stellt Ihnen gerne diese Bildungsmöglichkeit zur Verfügung. Durch dieses Bildungsangebot bleiben Sie mit der vhs Damp „Fit mit Körper und Geist“.

Machen Sie bitte regen Gebrauch davon.

Das neue Kursprogramm der vhs Damp ist wieder speziell für die Bürgerinnen und Bürger der Gemeinde und das nahe Umland zugeschnitten.

Bei dem Studieren des Programms werden Sie bestimmt Lust auf die angebotenen Kurse bekommen.

Ihre
Barbara Feyock
Bürgermeisterin

Liebe Freunde der vhs-Damp!

Im Januar startet die Volkshochschule Damp mit ihrem Frühjahrsprogramm.

Von Januar bis Juni werden zahlreiche Kurse und Veranstaltungen aus den Bereichen Gesellschaft, Kultur und Gestalten, Gesundheit und Sprachen angeboten.

Wir hoffen, dass auch diesmal etwas Interessantes für Sie dabei ist und freuen uns auf Ihren Besuch und aktive Teilnahme.

Ab dem Herbstsemester 2017 wurde der Zahlungsverkehr auf das Lastschriftverfahren umgestellt. Eine Vorlage befindet sich im Mittelteil dieses Heftes. Ebenso liegen Vorlagen bei den Kursleitern bereit.

Bitte füllen Sie diese vor Beginn des Kurses unter Angabe Ihrer Bankverbindung aus.

Ihr Team der Volkshochschule Damp
Silke Kempert & Adelheid Meierkord
Tel. 04352-911581



**Unser Programm
im Internet:
www.amt-schlei-ostsee.de**

- Damp
- Öffentliche
Einrichtungen
- Programm



Inhaltsverzeichnis Seite

Vorwort des Bürgermeisters	2
Vorwort der Geschäftsführung	3
Inhaltsverzeichnis	4
Allgemeine Hinweise/AGB	5
Allgemeine Hinweise	6

1. Gesellschaft

Damper Dialoge	7
----------------	---

2. Kultur

Theaterkurs	8
Porzellanmalen Workshop	8
Aquarellmalerei	13
Arbeiten mit Ton	13
Keramik Workshop	13
Fotokurs	14
Nähkurs	14

3. Gesundheit

Volleyball	15
Hatha- Yoga	15
Wohlfühlgymnastik	16
Pilates	16
Tanzgymnastik	17
Kochen	17

4. Sprachen

Englisch	18
----------	----

Allgemeine Hinweise / AGB

Anmeldung:

Grundsätzlich soll die Anmeldung mit Lastschriftmandat vor Beginn einer Veranstaltung erfolgen. Anmeldung mit Einzugsermächtigung, per Post, per **Telefon: 04352-911581**,

per **Fax: 04351/737 9169**, oder

E-mail: vhs-damp@amt-schlei-ostsee.de

Sofern keine Absage bis Kursbeginn erfolgt, gilt die Anmeldung grundsätzlich als angenommen. Sollte der von Ihnen gewählte Kurs bereits belegt sein, werden Sie benachrichtigt und können auf die Warteliste gesetzt werden.

Eine Anmeldebestätigung erfolgt nicht!

Abmeldungen müssen schriftlich - spätestens eine Woche vor Kursbeginn - erfolgen. Geschieht dieses nicht, wird die Teilnehmergebühr in voller Höhe fällig. Kurzfristige krankheitsbedingte Abmeldungen sind durch ein ärztliches Attest zu belegen.

Teilnehmergebühr:

Die Gebühr wird nach Beginn des Kurses per Lastschrift eingezogen. Bitte füllen Sie das Lastschriftformular in der Mitte des Heftes oder bei Ihrem Kursleiter aus und reichen es dort oder direkt bei der VHS Damp ein.

Die **Zahlungspflicht** besteht auch dann, wenn der Unterricht trotz verbindlicher Anmeldung nicht (oder nur teilweise) besucht wird.

Unterrichtsmaterial und Lehrmittel sind nicht in der Kursgebühr enthalten.



!!!

Achtung:
Teilnehmergebühren
werden per Lastschrift
eingezogen!

!!!

Eine Erstattung der Teilnehmergebühr erfolgt nur, wenn ein Kurs innerhalb der Laufzeit aus irgendwelchen Gründen abgesetzt werden muss. Die Erstattung erfolgt anteilmäßig. Kommt ein Kurs nicht zustande, werden die eingezahlten Gebühren in voller Höhe zurückerstattet.

Mindestteilnehmerzahl:

Die Mindestteilnehmerzahl beträgt acht Personen, in Ausnahmefällen sechs Personen.

Haftung:

Die Volkshochschule haftet nicht für irgendwelche Schäden (z.B. Unfall- und Sachschäden, Eigentumsverluste etc.), die bei Veranstaltungen entstehen.

Programmänderungen inhaltlicher oder terminlicher Art behalten wir uns vor.

Wichtiger Hinweis: Alle Kurse können nur vollständig gebucht werden.

Mit der verbindlichen Anmeldung erkennen die Teilnehmer/innen diese allgemeinen Hinweise /AGB an.

Geschäftsführung:

Silke Kempert
Florianweg 10 b, 24351 Damp

Stellvertretung:

Adelheid Meierkord
Krusenteich, 24351 Damp
04352-911581

1. GESELLSCHAFT

1.9 Damper Dialoge

Gespräche zur gelungenen Lebensgestaltung.
Vorträge und Diskussionen

Nachfolgend eine Themenauswahl:

ISLAM – BIBEL UND KORAN

DIE PATIENTENVERFÜGUNG

BURNOUT – AUSGEBRANNT!!
Wo liegen die Mittel dagegen?

ÄTHIOPIEN – DAS DACH AFRIKAS

JESUS IN DER KUNST

TIMEOUT- Wie Sorge ich für mich selbst?

BARMHERZIGKEIT

SEGNEN UND GESEGNET WERDEN

DORFKIRCHENTOUR

Entdecken Sie einige der schönen alten
Dorfkirchen in der Umgebung von Damp.

Weitere Termine bitte erfragen!



Georg Hillenkamp
Jeweils 20.00 – 21.30 h
Reha-Klinik, Haus Passat,
Raum 001, Ostseebad Damp

19.2./12.3./9.4./14.5./11.6.19

8.1./12.2./5.3./2.4./7.5./4.6.19

26.2./19.3./30.4./21.5./18.6.19

Termine auf Anfrage!

Termine auf Anfrage!

Termine auf Anfrage!

Termine auf Anfrage!

Termine auf Anfrage!

Alle 14 Tage, samstags
ab Damp 14.40 h
19.1./2.2./16.2./2.3./16.3./
30.3./13.4./27.4./11.5./25.5./
8.6./22.6.2019

Termine, Informationen und
Anmeldung: 0170-3648699



Beatrix Scharping
Der Termin, Tag und
Uhrzeit soll mit den
Teilnehmern abge-
sprochen werden
10 Termine
Gebühr: € 50,00
Haus des Gastes
Vogelsang-Grünholz

Karin Möller
Termin I: Do. 28.03.19
Termin II: Do. 25.04.19
Termin III: Do. 23.05.19
10.00 – 17.00 h
Gebühr insgesamt:
€ 45,00
Haus des Gastes
Vogelsang-Grünholz

2. KULTUR

2.2 Theater für Anfänger und ganz große Schauspieler

Keine Texte auswendig lernen, sondern hinführen-
des Spiel mit Improvisation, Mimik, Gestik,
Sprech- und Sprachübungen bringen uns
zu spannenden und lustigen kleinen Stücken.

2.5.1 Tagesworkshops Porzellanmalen

Diese Workshops richten sich an fortgeschrittene
Teilnehmerinnen und Teilnehmer und setzen
eigenständiges Arbeiten und die Bereitschaft für
neue Wege in der Gestaltung auf dem Porzellan
voraus.

Wir machen, dass es fährt.

10a
autoservice

autoservice
kumke

Gast 4
24369 Waabs
043 58 / 241

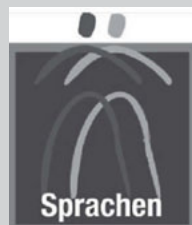
BOSCH
Kraftfahrzeug-
Ausrüstung

An dieser Stelle bedanken wir uns ganz herzlich für die Bereitstellung der Räumlichkeiten und die nette Zusammenarbeit mit den Mitarbeitern in den folgenden Einrichtungen:

- Katholische Kirche*
- Helen-Keller-Schule
im Ostseebad Damp
sowie
dem VfL Damp-Vogelsang
der Physiotherapiepraxis
„activo“
in Vogelsang Grünholz*

Und natürlich auch ein herzliches Dankeschön an Sie, liebe Dozenten, für Ihre Bereitschaft auch in diesem Semester wieder mit uns zusammenzuarbeiten.

Ihre vhs-Damp



Vor und Familienname	
Telefon und (falls vorhanden) Email-Adresse:	
Kursnummer:	Name des Kurses:
Beginn des Kurses:	
Gebühr:	Anzahl der Termine:

SEPA-Lastschriftmandat

Name des Zahlungsempfängers:	VHS Damp
Straße und Hausnummer Zahlungsempfänger:	Auf der Höhe 16
PLZ und Ort Zahlungsempfänger:	24351 Damp
Gläubigeridentifikationsnummer:	DE73ZZZ00000024166

Ich ermächtige/ Wir ermächtigen den Zahlungsempfänger, Zahlungen betreffend der VHS-Gebühren von meinem/unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich/weisen wir unser Kreditinstitut an, die von dem Zahlungsempfänger auf mein/unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

***Hinweis:** Ich kann / Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem / unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.*

Name des Zahlungspflichtigen

Straße und Hausnummer Zahlungspflichtiger

PLZ und Ort Zahlungspflichtiger

IBAN Zahlungspflichtiger

BIC Zahlungspflichtiger

Ort und Datum

Unterschrift Kontoinhaber

Vor und Familienname	
Telefon und (falls vorhanden) Email-Adresse:	
Kursnummer:	Name des Kurses:
Beginn des Kurses:	
Gebühr:	Anzahl der Termine:

SEPA-Lastschriftmandat

Name des Zahlungsempfängers:	VHS Damp
Straße und Hausnummer Zahlungsempfänger:	Auf der Höhe 16
PLZ und Ort Zahlungsempfänger:	24351 Damp
Gläubigeridentifikationsnummer:	DE73ZZZ00000024166

Ich ermächtige/ Wir ermächtigen den Zahlungsempfänger, Zahlungen betreffend der VHS-Gebühren von meinem/unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich/weisen wir unser Kreditinstitut an, die von dem Zahlungsempfänger auf mein/unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

***Hinweis:** Ich kann / Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem / unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.*

Name des Zahlungspflichtigen

Straße und Hausnummer Zahlungspflichtiger

PLZ und Ort Zahlungspflichtiger

IBAN Zahlungspflichtiger

BIC Zahlungspflichtiger

Ort und Datum

Unterschrift Kontoinhaber

Rückantwort

An die
Volkshochschule Damp
Auf der Höhe 16

24351 Damp

2. KULTUR

2.5.2 Aquarellmalen für Anfänger und Fortgeschrittene

Die Leichtigkeit Farben mit Wasser auf Papier aufzutragen und mutig mit Wasser laufen zu lassen, dies macht die Aquarelltechnik aus. Vermittelt werden die Grundtechniken des Aquarells. Themen werden sein: Landschaften, Stilleben, Naturstudien und Abstrahiertes.

Auf Bildaufbau und räumliches Sehen wird ebenso eingegangen wie auf die Bedeutung und Wirkung von Farbe. Material bitte mitbringen.

2.6 Arbeiten mit Ton

Wir arbeiten mit Aufbaumassen in verschiedenen Techniken. Damit können Vasen, Schüsseln, Figuren und viele andere Objekte angefertigt werden.

Nach dem Schrühbrand werden die Gegenstände von den Teilnehmern selbst glasiert, also von A bis Z eigene Anfertigung.

Dieser Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

2.6.1 Keramik- Workshop

Intensivkurs für frostsichere Dach- oder Gartenkeramik.

Dieser Kurs ist für Fortgeschrittene geeignet.



Marianne Harms-Metzger

Start: Mi. 23.01.19

9.30 – 11.30 h

10 Termine

Gebühr: € 68,00

Vereinsheim des VfL

Damp,

Vogelsang-Grünholz

Karin Möller

Start: Fr. 01.03.19

17.00 – 21.00 h

5 Abende

Glasieren:

27. + 28.04.19

Gebühr: € 55,00

Helen-Keller-Schule,

Werkraum,

Ostseebad Damp

Karin Möller

Sa. 29.06.19/ So.

30.06.19

9.00 – 17.00 h

Gebühr: € 60,-

Glasieren: 27. + 28.07.19

Helen-Keller-Schule,

Werkraum, Ostseebad

Damp

Seite 13



Rüdiger Reimers

Start: Fr. 26.04.2019

Sa. 25.05.2019

Sa. 15.06.2019

Sa. 13.07.2019

Sa. 24.08.2019

Sa. 21.09.2019

Sa. 26.10.2019

jeweils 10.00 – 17.00 h

Gebühr: € 120,00

Haus des Gastes

Vogelsang- Grünholz

Ingrid Butz

Termin I: Di. 15.01.19

18.00 – 20.00 h

Gebühr: € 55,-

Termin II:

vormittags nach

Absprache

9.00 – 11.00 h

Jeweils 6 Termine

Gebühr: € 55,-

Haus des Gastes

Vogelsang- Grünholz

2. KULTUR

2.11 Fotografieren

Fortsetzung vom Herbstkurs 2018

Sa. 26.01.2019/ 23.02.2019/ 22.03.2019

Neuer Kurs Frühjahr - Sommer 2019

Fr. 26.04.2019 19.00 – 22.00 h

Vorbesprechung - Kennenlernen

Samstags jeweils 10.00 – 17.00 h

Anschl. Bearbeitung im Haus des Gastes.

Bitte mitbringen: Kamera, egal ob Spiegelreflex- oder Kompaktkamera mit Bedienungsanleitung, gute Laune, Kreativität.

2.14 Nähen mit Spaß, Kurs I und II

Dieser Nähkurs ist für Einsteiger und Fortgeschrittene jeden Alters geeignet.

Wir gehen auf Ihren Stand ein.

Bitte bringen Sie Ihre Nähmaschine, Stoffe, Schnittmuster, Nähutensilien mit.

- Hausgeräte
- Elektroinstallationen
- Kundendienst



**Elektrotechnik
Arne Dabberdt**

Elektromeister

24351 Damp

Vogelsang 14

E-Mail: arne-dabberdt@t-online.de

Tel. 0 43 52 / 18 28

Fax 0 43 52 / 18 26

3. GESUNDHEIT

3.0 Spass und Fitness mit Volleyball

Hier können Sie mit Volleyball gesund und fit bleiben sowie Kraft und Ausdauer trainieren. Schwerpunkt ist die Stärkung von Herz und Kreislauf sowie die Kräftigung der Muskulatur. Schnelligkeit, Koordination und Wurftechnik werden intensiviert.

3.1.1 Hatha Yoga Kurs I a + b

3.1.2 Hatha Yoga Kurs II a + b

3.1.3 Hatha Yoga Kurs III a + b

Hatha Yoga ist eine sanfte Yogaform, die den Körper, Sehnen und Muskeln stärkt und dehnt. So können verspannte oder blockierte Bereiche gelockert und gelöst werden und die Energie kann wieder frei fließen.

Ein besonderer Schwerpunkt ist die Stärkung des Rückens. Durch Anfangs- und Endentspannung, als auch Atemtechniken lernt man, seine Gedanken und seinen Geist zu entspannen. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke und Matte

Ihr ambulanter
Pflegedienst
in Schwansen



Pflegeteam Lichtblick

St. Johannes Stift 24 • 24351 Damp
24 Std. erreichbar: Tel. 0 43 52 / 95 60 90

Mitglied im DBfK
Deutscher Berufsverband für Pflegeberufe
Vertragspartner aller Krankenkassen



Rene Kinza
Start: 07.01.2019
1. Halbjahr
jeweils montags
20.00 – 22.00 h
Gebühr: € 25,00
Sporthalle Seeholz

Tine Gabriel
Start: Mi. 09.01.2019
Kurs I a: 17.30 – 19.00 h
Kurs II a: 19.15 – 20.45 h
Start: Do. 10.01.2019
Kurs III a: 08.30 – 10.00 h
Kurs IV a: 10.15 – 11.45 h
10 Termine
Gebühr: € 68,00
Folgekurse:
Start: Mi. im Anschluss
Kurs I b: 17.30 – 19.00 h
Kurs II b: 19.15 – 20.45 h
Start: Do. im Anschluss
Kurs III b: 8.30 – 10.00 h
Kurs IV b: 10.15 – 11.45 h
10 Termine
Gebühr: € 68,00
Haus des Gastes,
Vogelsang-Grünholz



Ina Fischer

Mo. 07.01.19

Kurs I: Mo. 18.00 – 19.00 h

Kurs II: Mo. 19.00 – 20.00 h

Jeweils 10 Termine

Gebühr: jeweils € 45,00

Praxis ActiVio

Gartenstr. 8,

Vogelsang-Grünholz

Antje Stegen

Fr. 18.01.19

Mo. 10.00 – 11.00 h

10 Termine

Gebühr: € 50,00

Haus des Gastes,

Vogelsang-Grünholz

3. GESUNDHEIT

3.2.1 Wohlfühlgymnastik Kurs I

3.2.2 Wohlfühlgymnastik Kurs II

Diese Kurse beinhalten Gymnastik mit und ohne Kleingeräte; Übungen auf der Matte oder im Sitzen. Mühelos bewegen und Spaß dabei haben. Bitte beachten Sie die begrenzte Teilnehmerzahl!

NEU!!!

3.2.3 Pilates – Kraft und Beweglichkeit

Pilates versucht ein stabiles Körperzentrum aufzubauen. Neben den oberflächlichen Muskeln wird auch versucht, die tiefe Muskulatur zu aktivieren und die Muskeln zu dehnen. Durch konzentriertes, sehr präzises Training wird die Körperwahrnehmung verstärkt und die Atmung vertieft. Bitte eine Stunde vorher nichts essen, bequeme Kleidung und nach Bedarf Getränk mitbringen.

Sie können das Team der Schwansen-Apotheke direkt telefonisch unter 04352/28 90 erreichen.

ADLER-APOTHEKE _____
_____ SCHWANSEN-APOTHEKE
Ihre Apotheken in Angeln und Schwansen

Vogelsang 10, 24351 Damp

Telefon: 04352/2890 · Telefax: 04352/31 29

E-Mail: schwansen-apotheke@t-online.de

3. GESUNDHEIT

3.2.4 Tanz und Musikgymnastik

Musik, Tanz und Gymnastik für Damen.

Einfache Schrittfolgen und freies Tanzen nach Musik. Wer rastet, der rostet. Dem wirken wir entgegen mit Tanz und Gymnastik nach Musik.

3.7 Kochen mit Spaß

Kleine Vorspeisen, leckere Hauptspeisen und ausgefallene Desserts. So macht Kochen Spaß!



Beatrix Scharping

Start: Do. 24.01.19

17.00 – 18.00 h

10 Termine

Gebühr: € 50,00

Haus des Gastes

Vogelsang-Grünholz

Termin wird in der Presse bekannt gegeben!

Eaktivmarkt
EDEKA

Hartmann GmbH

Telefon

Vogelsang-Grünholz · Gartenstr. 6 04352/1510

Frische ist Trumpf

- ab 7.00 frische Brötchen
- Obst, Gemüse und Salate
- Frischfleisch und Käse
- Niedrigpreise im ganzen Sortiment
- mit Post-Point im Hause

LOTTO- und TOTO-Annahme
Gute Parkmöglichkeiten am Hause



Annelene Pinn
Start: Mo. 04.02.19
17.30 – 18.45 h
10 Abende
Haus des Gastes
Vogelsang-Grünholz
Gebühr: € 40

4. SPRACHEN

4.6 Englisch Mittelstufe

Dieser Kurs richtet sich an fortgeschrittene Anfänger, die ihre Grundkenntnisse erweitern möchten. Wir hören, lesen und schreiben einfache Texte, erarbeiten Popsong, spielen Spiele und versuchen uns an einfachen Gesprächen. Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen. Voraussetzung sind ca. drei Jahre Schulenglisch.

Unsere Hände helfen Ihnen im Alltag **FrISCHE BRISE**



**Ambulante
Altenpflege und
-betreuung** **Häusliche
Krankenpflege** **Urlaubspflege**

und mehr...

PflegeCrew FrISCHE Brise
Am Hafen 1, 24376 Kappeln
Tel. 0 46 42 - 9 250 650



www.pflege-sh.de
Angeln | Kappeln | Schwansen

Anmeldung rund um die Uhr:

Fax 0 43 51 / 7 37 91 69

E-Mail: vhs-damp@amt-schlei-ostsee.de

oder schriftlich an:

Volkshochschule Damp

Auf der Höhe 16, 24351 Damp

*Wir danken für Ihr Interesse
und würden uns freuen,
Sie demnächst in dem
einen oder anderen Kurs
der vhs-Damp begrüßen zu können.*

Hans Richter ^{GbR}

VOGELSANG - GRÜNHOLZ

Inhaber: André und Ben Richter

Gartenartikel

Tier- &

Winterstreufutter

Heizöl

Düngemittel

... einfach vieles

für Haus-, Kleingarten- und Tierbesitzer

Am Sportplatz 2 - Tel. 0 43 52 / 23 12

**Das Programm unserer
Volkshochschule Damp
finden Sie in Vogelsang-
Grünholz in der
Außenstelle
des Amtes Schlei-Ostsee
und in den ansässigen
Geschäften der
Umgebung.**

Unser Programm
im Internet:

www.amt-schlei-ostsee.de

- Damp
- Öffentliche
Einrichtungen
- Programm

Im Herzen
von
Schwansen



Im Leben der
für Gesundheit und Erholung
bekanntes **Gemeinde Damp**



„Haus am Söhr“

- Langzeitpflege
- Dauerwohnen
- Kurzzeitpflege
- Urlaubspflege
- Pflege bei Verhinderung der Pflegeperson

Umfangreiches Betreuungsangebot

- Bewegungsgymnastik
- Gedächtnistraining
- Einkaufs- und Ausflugsfahrten
- Spaziergänge
- Koch- und Backvorbereitungen
- Gartenarbeiten
- Vorlesen
- Jahreszeitliche Feste
- und Vieles mehr ...

„Haus Florian“

- Seniorengerechte Wohnungen
- Besucher-/Gästewohnung

2-Zimmer-Wohnungen mit Duschbad, Pantryküche, Terrasse oder Balkon. Ein Fahrstuhl ist vorhanden.



Das reichhaltige Speisenangebot wird über unsere hausgemachte Küche zubereitet.

Seniorenzentrum 3 Wellen

Florianweg 12
24351 Damp

Tel. 0 43 52 / 30 80

www.seniorenzentrum-damp.de



Persönlichkeit pflegen ...